



43. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2013

□□□□

Langemeyer, Thomas

□□: sportTREND Ultralaufteam

□□: 61

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:30:11

□□: 10.39 km/h

□□□□: 5:44 min/km

□□□□□/□□□: 150 (of 456)

□□□□□/□: 142 (of 399)

□□□□□□: 1:39:03

□□□□□: 31(of 99)

□□□□□□□: 2:00:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	18:35	5:37	38	4:23	165	6:04	3.30	18:35	5:37	95	-	66	6:00
Schlüsie	3.10	19:17	6:13	27	3:13	127	5:55	6.40	37:52	5:54	95	-	142	11:52
Hermannsklippe	2.60	17:56	6:53	33	3:41	161	6:23	9.00	55:48	6:11	95	-	142	18:08
Brocken	3.10	30:14	9:45	35	7:36	171	12:13	12.10	1:26:02	7:06	95	-	142	29:58
Eiserner Handwe	3.60	16:38	4:37	19	2:15	79	4:35	15.70	1:42:40	6:32	95	-	142	34:30
Schlüsie	4.10	16:27	4:00	23	2:27	106	5:29	19.80	1:59:07	6:00	95	-	142	39:59
Loddenke	3.10	14:33	4:41	39	3:24	154	5:09	22.90	2:13:40	5:50	95	-	142	45:08
Ilseburg/Markt	3.30	16:31	5:00	42	4:24	172	6:00	26.20	2:30:11	5:43	31	29:45	142	51:08